

Hertenbiefstuk met kersensaus en gewokte groenten.



Personen: 2

Ingrediënten:

Aluminiumfolie
1 Pakje minimais
1 Pakje sugarsnaps
1 Stronk broccoli
Vloeibare margarine of boter
1 Krop andijvie
Zout en peper
2 Hertenbiefstukken
1 Grapefruit
Scheut rode wijn
1 Blikje kersenvlaavulling

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200°C. Maak de minimais, broccoli en sugarsnaps schoon. Verdeel de broccoli in roosjes en snijd de minimais in schuine stukken. Verhit een kneepje margarine in een wok en roerbak de groenten een minuut. Voeg een scheutje water toe en smoor de groenten afgedekt met aluminiumfolie beetgaar.

Was de andijvie en kook hem kort in ruim kokend water met zout. Spoel hem koud met water. Halveer de krop overlans en bestrooi de binnenkant met zout en peper en besprenkel met wat margarine. Vouw het dubbel, besprenkel met een beetje margarine en zet het ca. 5 min. in de oven.

Verhit 2 kneepjes margarine in een koekenpan en bak de biefstukken ca. 2 min. aan elke kant. Bestrooi met zout en peper. Laat ze rusten onder aluminiumfolie. Was intussen de grapefruit en snij 2 dikke plakken eraf. Blus het braadvocht van de biefstukken af met rode wijn en voeg de kersen en de plakken grapefruit toe.

Leg de grapefruitplakken op de borden en leg de biefstukken erop.

Serveer de andijvie en de gewokte groenten erbij.

Smakelijk.